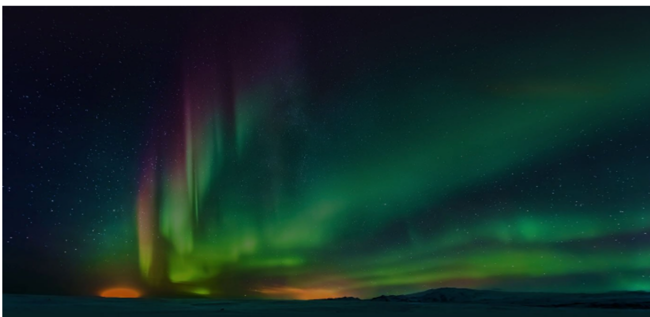
8 módulos de transformación



En este curso abordarás **ocho poderosas transformaciones**, además de las estructuras mentales necesarias para que sean **duraderas**. Al final de estos ocho módulos, verás emerger una mejor versión de ti mismo: la versión más auténtica de ti.

Nunca más tendrás la sensación de no ser suficiente.

Y nunca volverás a sacrificar tus sueños.

Cada módulo del curso Vida sin Límites se compone de una sesión principal de entrenamiento, ejercicios de hipnosis, tareas semanales y sesiones grabadas de preguntas y respuestas con Marisa, para ayudarte a superar tus bloqueos y retos. El programa se divide en 8 módulos semanales, y cada uno de ellos se compone de 3 partes.

PARTE I

RECUPERA EL CONTROL DE TU MENTE

SEMANA 1

Reprograma tu mente

Sabemos que la mente tiene múltiples capas de profundidad. En esta primera semana, reescribiremos los paradigmas obsoletos de las capas más profundas de tu mente, con nuevos modelos empoderadores que se alinean perfectamente con tus objetivos y deseos.

SEMANA 2

Recupera tu autoestima

Descubre dos potentes trucos para obtener un poderoso control mental, y cómo utilizarlos para transformar tu autoimagen y autoestima. Al final de esta semana, tendrás una actitud inquebrantable que te ayudará a eliminar distracciones y a centrarte en tus prioridades.

SEMANA 3

Familiarízate con lo desconocido

Muchas personas se estancan en la zona de confort de la mediocridad y la familiaridad, evitando lo desconocido por temor al fracaso o al cambio. En esta semana, cambiaremos esos patrones para que te emocione explorar, crecer y desafiarte a ti mismo como un supertriunfador.

PARTE II

AUMENTA TU ÉXITO Y PRODUCTIVIDAD

SEMANA 4

Haz primero lo que te no te gusta

A menudo, las tareas difíciles y que procrastinas son las que te impiden lograr tus metas y sueños. Descubre un simple cambio que te empodera y te prepara emocionalmente para realizar esas tareas difíciles primero, y así acelerar tu viaje hacia el éxito.

SEMANA 5

Toma acciones diarias constantes

¿Y si tomar acciones hacia tus objetivos fuera tan fácil como cepillarte los dientes cada mañana? Aquí descubrirás un proceso paso a paso, y sorprendentemente eficaz, para crear hábitos exitosos a largo plazo, sin apenas esfuerzo.

SEMANA 6

Cambia la gratificación inmediata por beneficios futuros

A los supertriunfadores no les cuesta dejar ese pastel de chocolate, cuando recuerdan que su objetivo es no consumir azúcar y que esto los hará mucho más felices a largo plazo. Es el concepto de gratificación retrasada, que aprenderás a dominar a lo largo de esta semana.

PARTE III

BIENESTAR EMOCIONAL Y AUTOESTIMA INQUEBRANTABLES

SEMANA 7

Eres Suficiente

La mayoría de nuestros hábitos negativos se reducen a una cosa: tratar de llenar el vacío de no sentirnos suficientes. En esta semana, Marisa instala en ti la creencia primordial del ***"Soy Suficiente"***, que te permitirá amarte y recuperar la seguridad en ti mismo/a.

SEMANA 8

Hazte inmune a la crítica

La crítica destructiva, ya sea de un jefe, un familiar, o incluso de ti mismo, puede causar estragos en tu mente y en tu alma. Descubre cómo ser inmune a la crítica, mientras te conviertes en imán de alabanzas y críticas constructivas que te inspiren.